zen
centrum
amsterdam

zensor...

zensor 37 voorjaar 2007

de vier geloften





Avalokiteshvara, porselein, 18e eeuw, China

Redactioneel

Hoe talloos de levende wezens ook zijn, ik beloof ze allen te bevrijden.
Hoe peilloos de oorzaak van lijden ook is, ik beloof haar geheel te verwijderen.
Hoe talloos de dharma's ook zijn, ik beloof ze allen te verstaan.
Hoe eindeloos de Boeddhaweg ook is, ik beloof haar ten einde te gaan.

In de loop der jaren spreek je deze gelofte toch al gauw enige honderden keren uit. En tijdens de jukai-ceremonie, die veel sangha-leden recent hebben gedaan en ook deze zomer weer gaan doen, staan de vier geloften zelfs helemaal centraal.
Wat beloven we eigenlijk op zo'n moment?
Het is een onderwerp dat tot de verbeelding spreekt, zo bleek uit de kopij die de redactie – gevraagd en ongevraagd – kreeg toegestuurd. Opvallend is dat nogal wat stukjes lichtvoetig of zelfs gekscherend van toon zijn. Wat doe je als welwillende zenstudent als je oog in oog komt te staan met een zwembad vol verdrinkende insecten? Waarom de vier geloften niet opvatten als een ambitieuze en visionaire *business opportunity* die voorgoed afrekent met het geklaag van ontevreden klanten?

Francisca en Gita schetsen grappige situaties die illustreren dat de vier geloften onmogelijk zijn om na te komen. Hetzelfde ondervindt Hans Linders die – juist in alle ernst – kamp Amersfoort, Westerbork en Auschwitz bezoekt om dichter bij het drama van de Holocaust te komen. Ook hij stuit op de onmogelijkheid deze gruwelen te begijpen, laat staan de oorzaak ervan weg te nemen of de nabestaanden te bevrijden.
Dat klopt, zegt Niko. Zen gaat over het onmogelijke. En alle levende wezens bevrijden doe je *in the mind*. En in je alledaagse leven. Doe wat je te doen hebt, is zijn devies.
Maar wat als je in je alledaagse leven wordt omringd door mensen die zich ternauwernood in leven kunnen houden? Dat ondervindt Jeroen de Lange, die vanuit Oeganda de Zensor voorlopig gaat verrijken met een 'buitenlandse brief'. In deze eerste aflevering schetst hij zijn verwarring: 'Waarom hij en niet ik?'

De redactie



Insho Domoto, Zes kanzeons, geschilderd op zijde, 1937

De traan van Kanzeon

De vier geloften worden in elke zentempel wereldwijd dagelijks gezongen. Het is een tekst waar iedere zenstudent mee te maken krijgt. De beginneling zal zich wellicht achter het oor krabben voor hij zich aan een belofte waagt waarvan de reikwijdte niet is te overzien. Aan Niko de vraag wat de zin is van zulke onmogelijke voornemens.

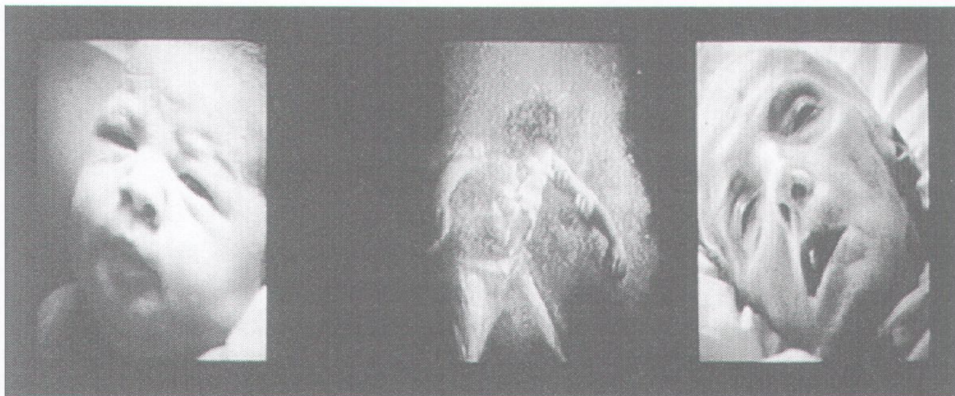
*Door **Jacqueline Oskamp***

Het is typisch een mahayana-tekst, zo vertelt Niko over de achtergronden van de vier geloften. 'In de Pali-canon zul je hem op deze manier niet aantreffen. Maar de Tibetanen kennen dezelfde tekst, ook al is die iets anders geformuleerd. We komen hem voor het eerst tegen in de Platform Sutra van Hui Neng. Het is echt mahayana omdat de nadruk volledig ligt op compassie. De geloften verwoorden in al hun grootsheid wat we eigenlijk graag wensen.'

Het woord 'gelofte' is afkomstig van het sanskriet 'pranidhana' dat volgens Niko lastig is te vertalen omdat het zoveel betekenissen heeft: wens, verlangen, voornemen, smeekbede, belofte. En dat alles op een intensieve manier: 'Het is een *vurige* wens, een *sterk* verlangen, een *krachtig* voornemen en een *grote* belofte. Dus als ik zeg: 'Ik beloof alle levende wezens te bevrijden', dan is dat een diepe wens en zal ik alles doen om dat voor elkaar te krijgen.'

Maar dat is toch heel problematisch?

'Het hangt er maar vanaf wat je onder bevrijden verstaat. Sommigen denken dat ze onmiddellijk het boeddhisme moeten gaan verkondigen. Of geld overmaken naar elk goed doel wat maar te bedenken is. Of alsmaar boodschappen voor de buren doen. Wij zijn geneigd meteen in concrete handelingen te denken. Maar dat is nog niet bevrijden. In de Platform Sutra staat het iets anders geformuleerd: ik beloof alle levende wezens te bevrijden *in the mind*. In de geest. Dat is een leuke oefening op het kussen, die een bepaalde uitwerking op je heeft. Je zegt: 'In de geest bevrijd ik alle levende wezens', alsof je op dat moment inderdaad de hele wereld bevrijdt.'



Bill Viola, videofilm *The passing.*

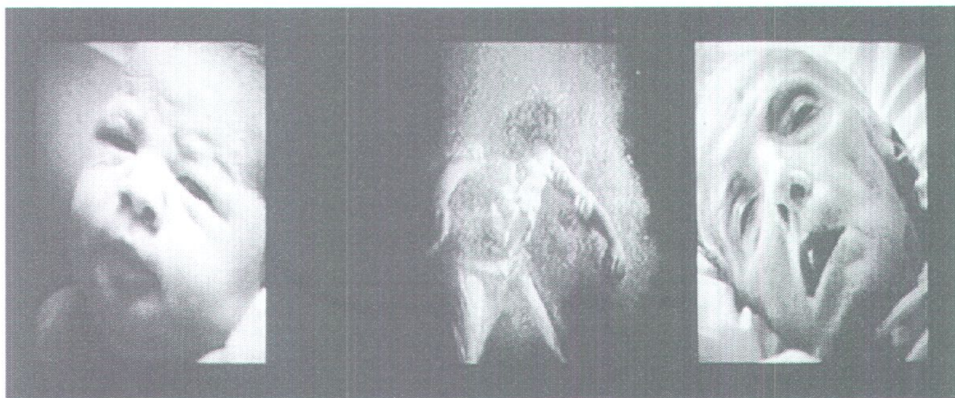
Is dat niet een vorm van grootheidswaanzin?

'Als het goed is niet. Want zodra je het uitgesproken hebt, besef je weer hoeveel lijden er gaande is. Het werkt dus naar twee kanten: de poging om zelf een bevrijd en bevrijdend leven te leiden en tegelijk de confrontatie met de oceaan van lijden die ons bestaan bepaalt. Het is dus ook een manier om steeds opnieuw door dat lijden geraakt te worden. En steeds opnieuw te zeggen: ik bevrijd alle levende wezens.'

'De vraag is natuurlijk *hoe* je dat dan moet doen. Eigenlijk is dat heel simpel. Niet door van hot naar her te rennen en alsmaar bevrijdende activiteiten te doen, want daar wordt iedereen maar nerveus van. Alle levende wezens bevrijden doe ik op de plek waar ik sta. Waar ik op dat moment ben. Dus door te doen wat ik te doen heb – ter bevrijding van alle levende wezens. En omdat alle levende wezens zich in mijn geest bevinden, hoef ik niet rond te rennen en me in allerlei sociale acties te begeven.'

'Genpo Roshi heeft eens gezegd dat je in ieder geval alle levende wezens bevrijdt wanneer je je van jezelf bevrijdt. Daar zit iets in, maar het is meer dan dat. Niet voor niets gaat de tweede gelofte over de oorzaak van lijden: je hebt de vaste wil om de oorzaken van lijden – begeerte, haat en onwetendheid – op te heffen. Dat is ook zo'n wens waar geen beginnen aan lijkt. In de zenbeoefening willen we juist de grootsheid van dat verlangen laten zien.'

Het ideaal is belangrijker dan het resultaat?



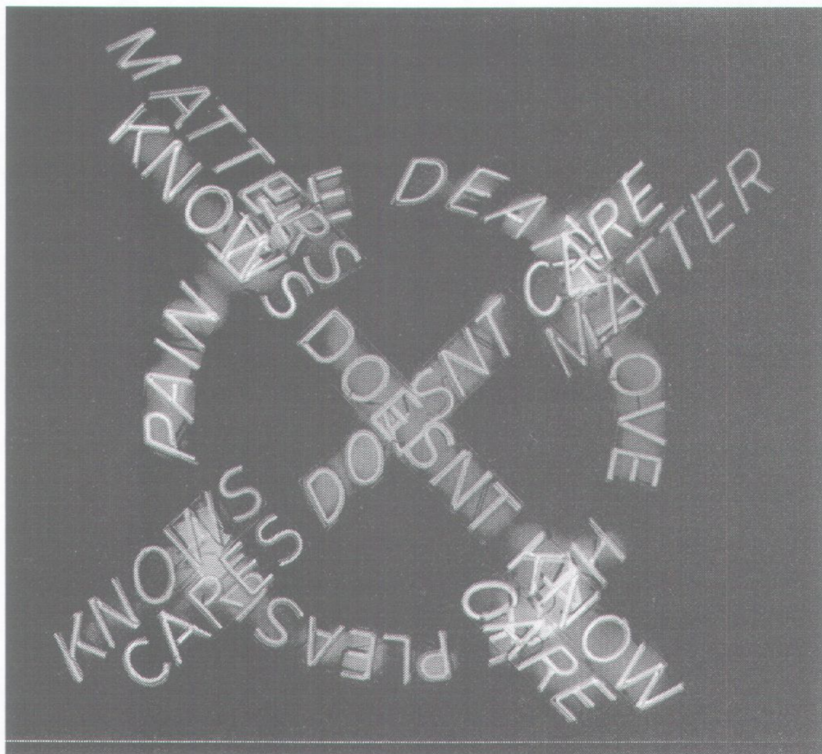
'Ja, want objectief gezien kunnen we niet zoveel.'

Dus het is inderdaad een onmogelijke gelofte?

'Precies. Je moet erachter komen dat zen over het onmogelijke gaat. Het mogelijk is niet interessant, want dat kennen we. Het gaat om het onmogelijke, wat we desalniettemin wensen. Volgens mij is een onmogelijk verlangen een van de kenmerken van religie. En het impliceert ook dat we moeten leren verdragen dat we met een onvervulbaar verlangen rondlopen. En de machteloosheid en het verdriet die daarbij horen.'

Kun je je voorstellen dat een beginneling aanvankelijk terugschrikt voor de omvang van de vier geloften?

'Natuurlijk! Dat komt omdat ons geleerd is zulke woorden letterlijk te nemen. Dus als je een regeltje voor je neus krijgt 'Hoe talloos de levende wezens ook zijn, ik beloof ze allen te bevrijden', dan lijkt dat volstrekte onzin. Maar het gaat er niet zozeer om of ik zo'n regel begrijp en zinnig of onzinnig vind, maar wat het in me losmaakt. Daarom herhalen we ze ook steeds. En op den duur realiseer je je dat het waar is. In alle oprechtheid verlang je ernaar dat iedereen, zonder uitzondering, gelukkig is. Maar feitelijk kun je aan het geluk van anderen heel weinig doen. Op sommige afbeeldingen heeft Kanzeon een pareltje in haar hand. Dat is een traan. Waarom? Kanzeon huilt altijd, want ze heeft een belofte gedaan waarvan ze weet dat die nooit in vervulling zal gaan. De bodhisattva huilt dus altijd.'



Bruce Naumann, Life death / knows doesn't know, Neon, 1983

Hoe talloos de klachten ook zijn, ik beloof ze allemaal af te handelen

Door ***Gita Sonnenberg***

Sinds een jaar werk ik voor een groot Amerikaans consultancy-bedrijf. Omdat mijn werkgever altijd op zoek is naar nieuwe business opportunities en omdat men op het gebied van boeddhisme nog geen enkele dienst bleek te bieden, heb ik mijn baas zacht ingefluisterd dat hij achterliep bij de huidige trend richting spiritualiteit.

En of-ie al wist dat op de leestafel van het kantoor van zijn geliefde mannenbolwerk het blad Zens (over spiritualiteit) bovenop de stapel lag. Hij verslikte zich.
Dat-ie al lang spiritueel bezig was, heb ik hem maar niet verteld.

Niet lang geleden hoorde ik op kantoor (een representatief pand in Amsterdam Zuid) in de wandelgangen het volgende verhaal.

Twee mannen komen elkaar tegen in de hal van het representatieve pand. Allebei jong, licht kalend, in pak en met roze overhemd incl. manchetknopen.

A: 'Chiel, kerel!'
B: 'Steef! Goed je te zien man. Alles wel?'
A: 'Ja top. Met jou ook?'
B: 'Klote. Prutsers daar bij Hire & Fire.'
A: 'En nu?'
B: 'Tja, bankzitten dan maar. Paar van die cursusjes aftikken.'
A: 'Hee, maar ik heb een klus voor je. Kwam Caspar van Ginsewondel gister mee. Weetjewel, die gast die bij Groot Nederlands Energiebedrijf zit voor die SOP-implementatie. Heb je effe?'
B: 'Prima.'

De mannen lopen een van de vergaderkamers in. A pakt een stift en begint op een flipover te tekenen. B plugt zijn laptop in op het netwerk en leunt achterover. A heeft ondertussen een stroomdiagram neergezet met een aantal blokjes en pijlen.

A: 'Okee, Caspar doet daar dus SOP. Op zich rechttoe rechtaan, gewoon de organisatie alignen en ze tools in handen geven om de vraag aan te kunnen. Maar nou heeft Caspar er ineens iets nieuws bij bedacht. Klant vindt het super. Ze willen dat SOP niet alleen de doorlooptijd korter maakt, maar ook nog eens waarde toevoegt. Het is echt bizar, helemaal out of scope.'
B: 'Wat bedoel je? We willen toch altijd waarde toevoegen?'
A: 'Ja, maar nou heeft Caspar zich laten omlullen om een idiote spec op te nemen. *<laat een stilte vallen>* *<het geluid van de Marseillaise klinkt in de kamer>* Sorry, die moet ik even nemen *<neemt zijn telefoon op en handelt een gesprek af.*

B checkt ondertussen zijn email>. Ja daar was ik weer. Weet je wat die gast heeft gedaan?'

B: 'Nou?'

A: 'Er staat nou in de Paper Agreement Brief dat ze gaan proberen om alle levende wezens te bevrijden. Hoe talloos ze ook zijn.'

B: 'Hè?? Wat??'

A: 'Nee echt'

B: 'Die gast is gek! Dat krijg je nooit langs Legal Affairs! Haha! Alle levende wezens bevrijden! Waren ze gevangen dan? Da's niet zo mooi, haha!'

A: 'Ja, okee, als je uitgelachen bent...'

B: <*lacht nog steeds*>

A: 'Zegge, ik moet over tien minuten weg, kunnen we effe schakelen?'

B: 'Ja. Sorry.'

B gaat aan de slag met de opdracht. Hij verhuist van de vergaderkamer naar een van de flexplekken in het pand, waar overal verspreid jonge mensen over laptops gebogen zitten en door de gangen lopen te bellen. Hij plugt zijn laptop in op het netwerk en gaat aan de slag.

Hoe tallloos de levende wezens ook zijn, ik beloof ze allen te bevrijden.
Dat kan natuurlijk niet. Maar ja, we zeggen altijd, alles kan.
Maar dit niet. Volgens mij. Shit, zoiets beloof je toch niet. Wie is die gek. Kan wettelijk gezien ook niet. Klant tegen zichzelf in bescherming nemen. <...>
Bevrijding.. Talloos.. Levende wezens ook nog. Dus ook fruitvliegjes, zeg maar.
...
Mmm...ik loop geloof ik toch tegen een muur aan hier.

Het wordt later en later. Rondom het buro van B doven de lichtjes zich een voor een. De schoonmaker manoeuvreert zijn stofzuiger om zijn voeten heen. B belt voor de zoveelste avond zijn vriendinnetje om te zeggen dat het wat later wordt. Als hij de verbinding heeft verbroken, gaat zijn telefoon.
Het is A.

A: 'Chiel. Ik heb morgen een afspraak met Caspar en de klant. Kun je al wat laten zien?'

B: 'Nee. Hier is geen materiaal over man. Ik kom geen steek verder.'

A: 'Boeien. Hark maar wat bij elkaar, powerpoint netjes bijwerken, strik erom klaar.' <*hangt op*>

B zucht nog een keer en buigt zich over zijn laptop.

De volgende dag. Het kantoor van Grote Nederlandse Energiemaatschappij, een vergaderzaal. Drie mannen, waarvan er een naast een projectiescherm staat.

B: 'Ik moet zeggen, het is een geweldige visie. Hoe talloos de levende wezens ook zijn, ik beloof ze allen te bevrijden. Daar spreekt een ambitie uit, dat zie je niet veel. Spreekt mensen aan, zoiets.
Maar ja, wel een geweldige klus natuurlijk.
Hoe gaan we dat aanpakken?
Allereerst zou ik zeggen, beginnen met je metrics op orde te hebben. Hoeveel is talloos? Wat is bevrijden? Wat zijn je KPI's? <*B buigt zich over zijn laptop en klikt*> Stel, je hebt per dag 10 klagende klanten. Die wil je vanuit je visie dan gaan bevrijden. Ze zijn niet bevrijd als ze nog klagen. Dus zorg je dat er een klachtenrapportje wordt gemaakt in SOP <*wijst naar het scherm*> en dan volg je een proces naar de klachtenafdeling <*volgt de pijlen*> waar een lieve mevrouw de klagende klant te woord staat. Vervolgens bouw je een proces in richting technische dienst, die de klacht dan verhelpen. Vanuit SOP kun je ook dat proces helemaal optimaliseren. Als je dan ook nog zorgt dat de lieve mevrouw een stuk appeltaart bij de koffie krijgt, sla je twee vliegen – pardon, levende wezens – in een klap.'

'En ik zeg, als je er twee hebt bevrijd, ben je toch op weg richting talloos – toch?'

Disclaimer: de in dit verhaal beschreven bedrijven, organisaties en personen zijn fictief. Iedere gelijkenis met bestaande bedrijven, organisaties of personen berust op toeval.

Door **Henk van der Geest**

Misleidende eenvoud

Het lezen van haiku's is niet altijd even gemakkelijk. Dat doe je niet zomaar even gauw. Daar is wel degelijk een zekere mate van rust en een open onbevangenheid voor nodig. Zij lijken zo simpel vaak.
Een van de grootste haiku-kenners R.H. Blyth zegt daarover: 'Laat de eenvoud van de haiku u niet misleiden; hij vertegenwoordigt een gehele wereld, de oosterse wereld van religie en dichterlijke ervaring'.

Je leest er soms zo gemakkelijk overheen. Dat is ook mijn ervaring hoor. Maar je moet er echt wel even bij stil blijven staan om de ervaring te kunnen ondergaan, die de haiku-dichter tot het schrijven aanzette.

De Nederlandse dichteres J. Van Tooren zegt in haar prachtige boek *Haiku, een jonge maan* nog het volgende: 'Haiku geeft de visie van de kunstenaar weer op de dingen, op dat éne moment dat zij in hun zó bij elkaar zijn, plotseling vol betekenis worden, en een stemming oproepen die tijd en plaats te boven gaat.'

En verder: 'Haiku is in de ware zin van het woord een gedicht, een 'ver-dichting' van de verschijnselen tot een nieuwe schepping, die het vermogen bezit de oorspronkelijke emotie te blijven overdragen.'
Voor deze zomerse haiku-hoek de volgende selectie uit Japanse haiku's.
Veel genoegen, en een mooie zomer!

Oh zomerbergen!
echoënd en weer echoënd,
valt een reuzenboom

Meisetsu

Een vuurvlieg flitste,
kijk! had ik haast geroepen,
maar ik was alleen

Taigi

Even bewegen
in 't eerste morgenbriesje
de rupsenharen

Buson

Zachte zomernacht
wolken in en wolken uit
snelt de volle maan

Ranko

De waterval komt
neerdonderen in de hoge
wildernis van groen

Shiro

Witte pioenroos -
een avond, toen de maan scheen,
vielen haar blaren

Shiki

Een bliksemstraal! – en
de kreet van een nachtreiger,
vliegend in het donker –

Basho

Maanlicht in de avond;
ook een slak zit bijna bloot
buiten zijn huisje

Issa

Eindeloos

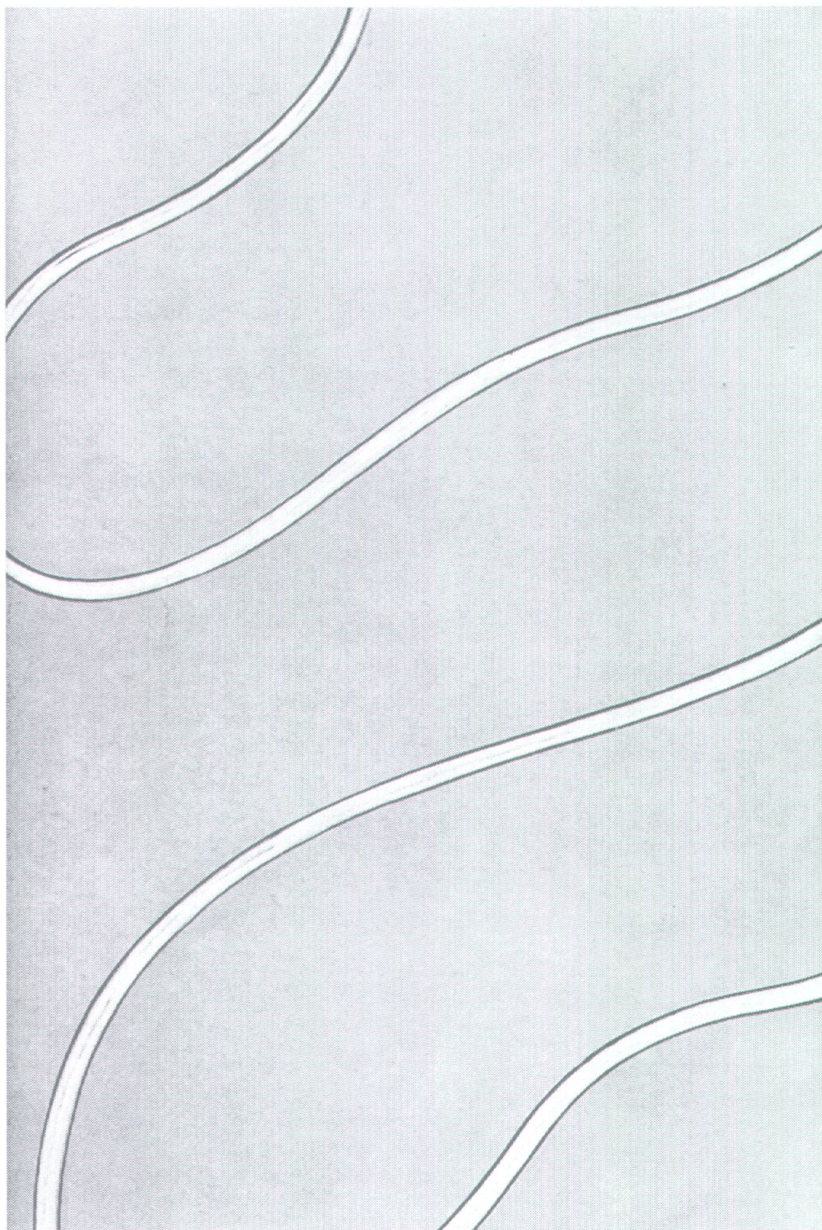
door ***Dirk Beemster***

'Nou, zo eindeloos vond ik niet,' kreunt Hans. Moeizaam komt hij overeind van zijn kussen. Het is vijf uur, de dag zal worden afgesloten met drie diepe buigingen. Hans en ik zijn vanmorgen vroeg op Hoorn CS op de stoptrein gestapt voor een zondagje zitten in de Amsterdamse zendo. In de Westfriese zitgroep heeft hij de eerste beginselen van het mediteren opgedaan en om zich te professionaliseren en uit nieuwsgierigheid is hij meegegaan. Niko Sensei is een echte zenleraar, ik ben maar een simpele zendodrijver. Twee keer een halfuurtje zitten lukte de beginner wel, maar aan deze dag scheen geen einde te komen. Tijdens de laatste zitperiode, toen de regen de ruiten van de zendo ranselde, was het einde zelfs zoek. Opstaan en weglopen durfde hij niet. Wat zou dat knappe meisje tegenover hem dan wel denken?

'We buigen nog drie keer, daarna kunnen we praten,' fluister ik. Heerlijk, dat buigen. Eerst met je lijf, daarna met je geest. Verfrist luister ik naar het slotwoord van Niko Sensei: 'Allemaal bedankt, speciaal degenen die helemaal uit Hoorn en Den Haag zijn gekomen.'

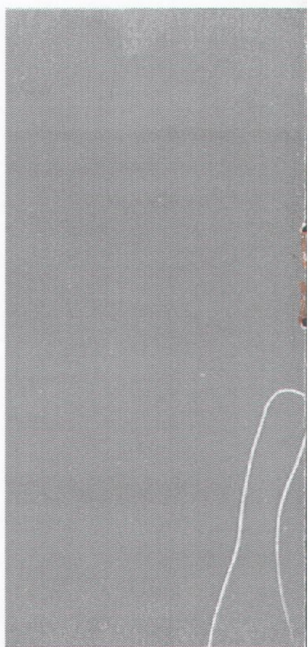
Hans en ik moeten nog een heel eind lopen naar het station om in de trein eindelijk over de vierde gelofte verder te kunnen praten.

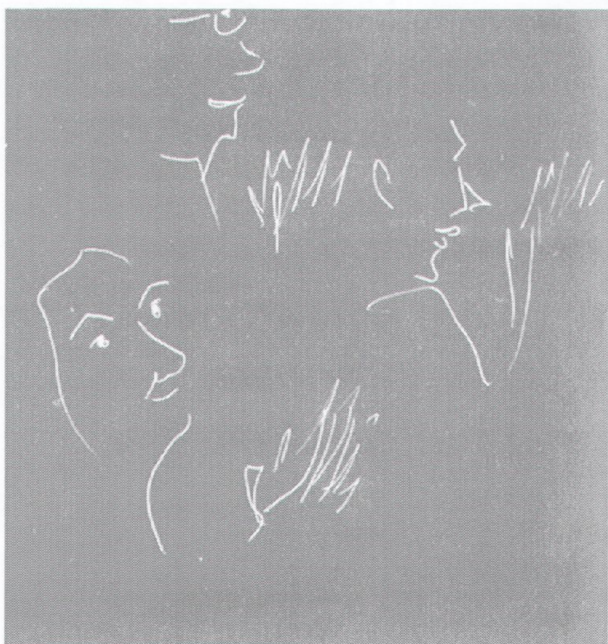
'Met eindeloos wordt wat anders bedoeld dan fantastisch, geweldig, super en zo. Het betekent dat de Boeddhaweg geen einde kent, dat het altijd maar doorgaat. De Boeddhaweg kent geen begin of einde. Het gaat om het hier en nu, dit is het, alles zó laten, niets veranderen, niets verbeteren.' Terwijl we praten, slaat de twijfel toe. Ten slotte zwijg ik. Mijn ogen vallen toe. Al doezelend bedenk ik me dat Hans misschien wel gelijk heeft. Ik heb me wellicht al jaren vastgeklampt aan een onjuiste interpretatie van de vierde gelofte. Ja, de Boeddhaweg is inderdaad cool, is 'svaha', is eindeloos. Verdomd als het niet waar is! Toch eens aan Niko vragen. Opeens word ik opgeschrikt door de stem van Hans: 'Wakker worden, we zijn aangekomen.'

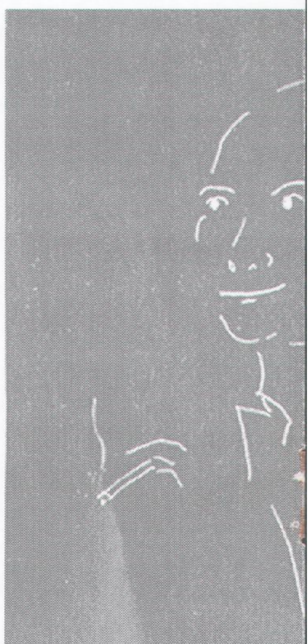


Donald Judd, zonder titel, 1960

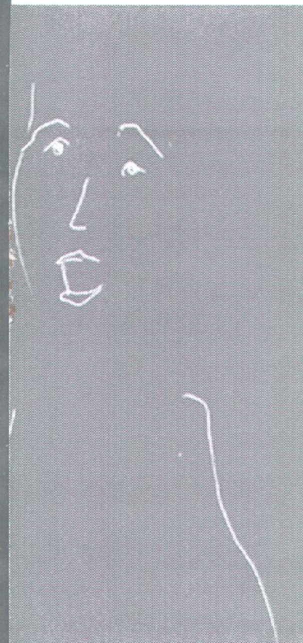
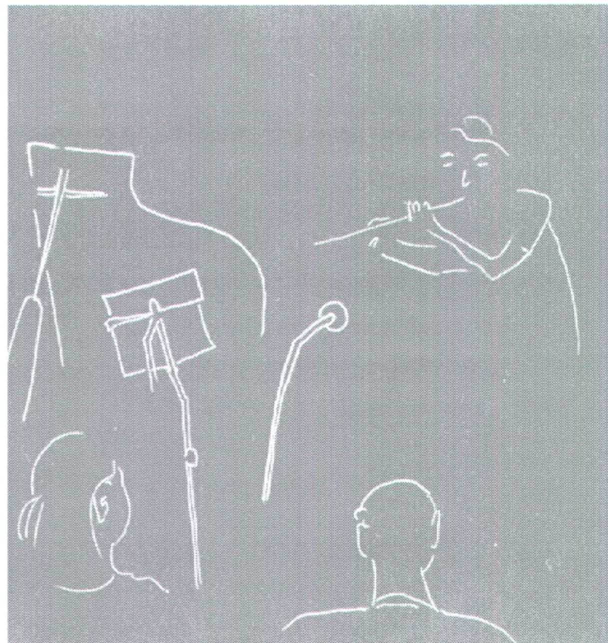
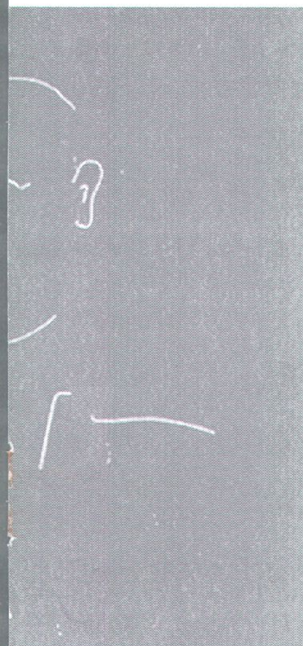
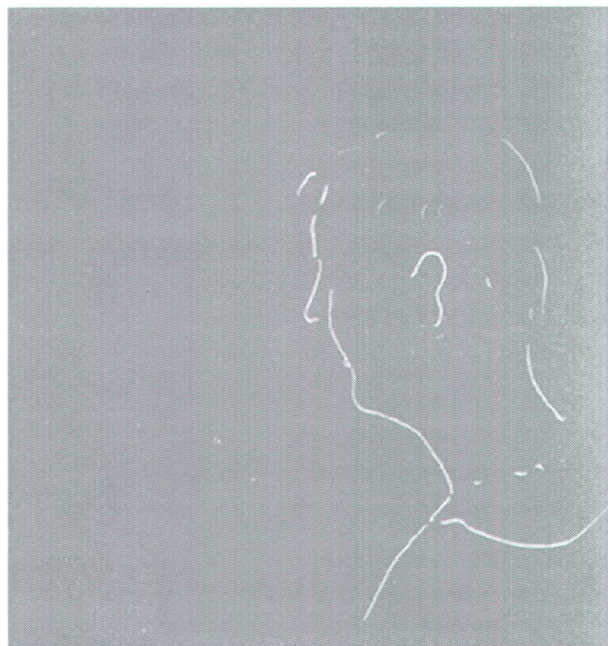








Impressies tijdens Niko's verjaardags concert, door Sophie Hendriks

De bevrijding van een lieveheersbeestje

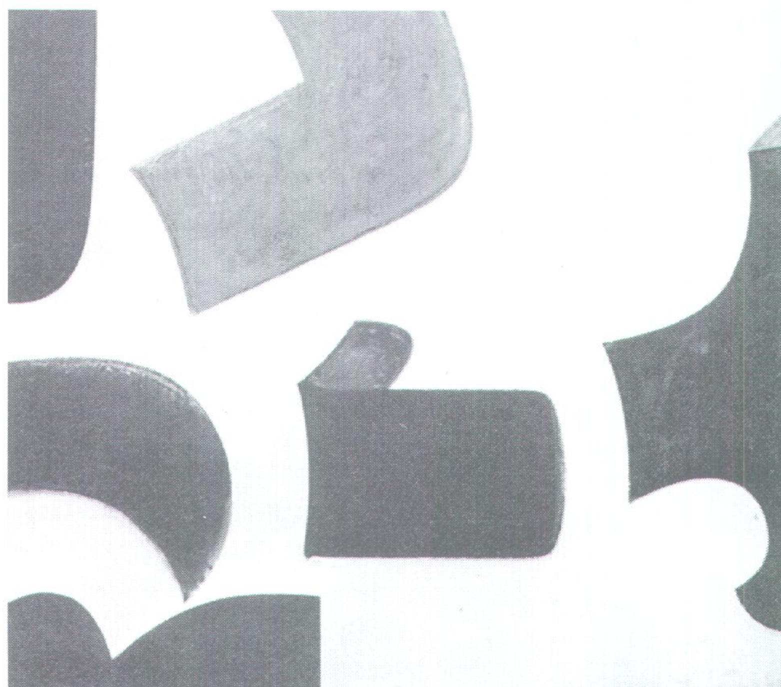
door ***Francisca Boel***

Het is voorjaar en ik maak een tocht te voet door de bergen van Noord Mallorca. Na een mooie wandeldag overnacht ik in een prachtige oude boerderij, tot herberg omgebouwd. Er is zelfs een klein zwembad bij.
Ik kleed mij om en stap het zwembad in. Daar is een ramp gebeurd. Honderden insecten zijn te water geraakt en leveren strijd op leven en dood. Hoe onrechtvaardig dat vele diertjes moeten verdrinken omwille van het behagen van een paar moe gestreden wandelaars. Had ik niet ooit ergens beloofd 'alle levende wezens te zullen bevrijden?'

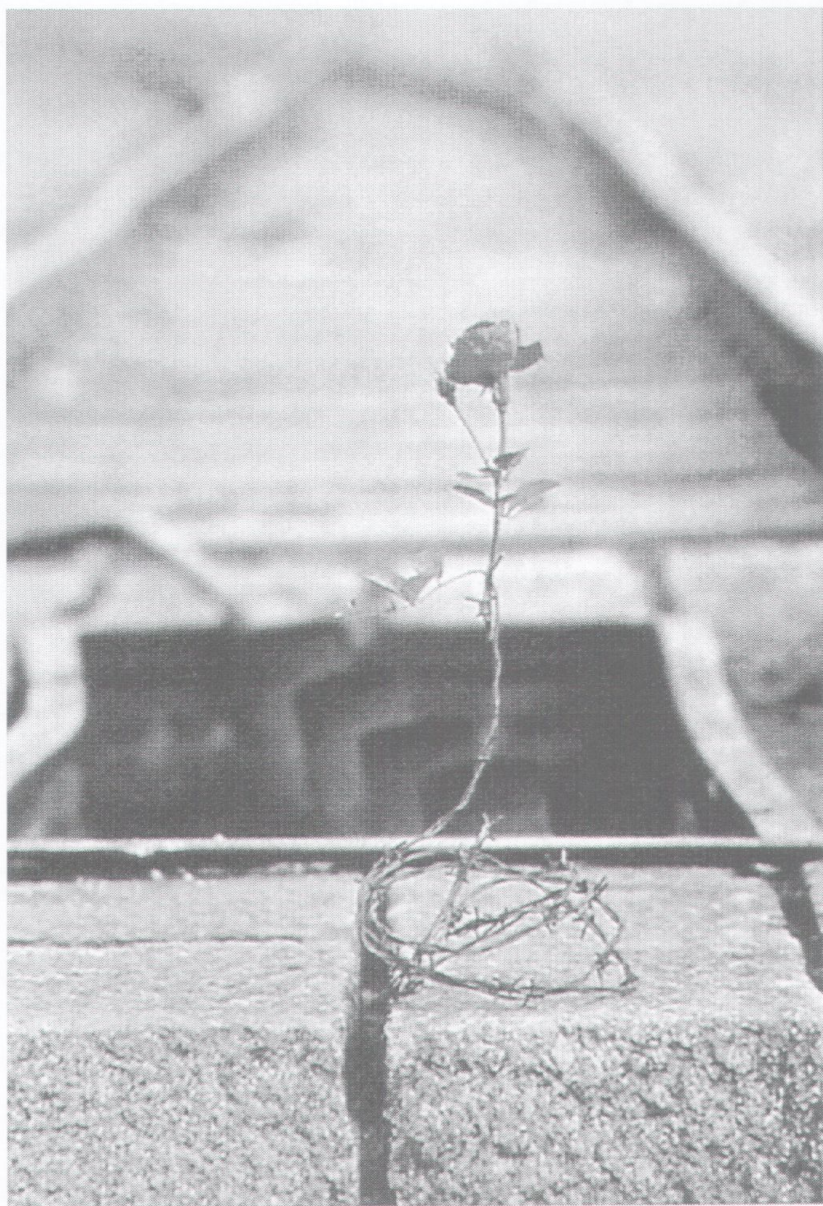
Vlak voor mijn neus tref ik een hevig worstelend lieveheersbeestje aan. Ik steek mijn vinger uit. Lieveheersbeestje klampt zich met zijn doorweekte pootjes aan mijn vinger vast. Ik zwem naar de kant. Vinger in de lucht. Lieveheersbeestje erop, als een doorregende kapitein op het dek van zijn schip. Ik probeer Lieveheersbeestje op de rand van het zwembad neer te zetten. Maar Lieveheersbeestje heeft geen enkele belangstelling voor het kille beton. Hij wil op mijn vinger blijven zitten. Voorzichtig geef ik hem een zetje tegen zijn achterste. Nu gaat het mis. Lieveheersbeestje valt op zijn rug op het beton. Zijn pootjes spartelen in de lucht. Hij zal wel weer overeind krabbelen. Ik zwem verder. Na drie slagen bedenk ik mij dat ik Lieveheersbeestje aan zijn lot heb overgelaten. Ik draai me om en klim het zwembad uit. Lieveheersbeestje ligt nog steeds te spartelen op zijn rug. Ik pak een tak uit het nabije struikgewas en houd hem deze voor. Dat bevalt hem. Hij kruipt op de tak. Het lijkt me een goed idee Lieveheersbeestje te laten drogen in de avondzon. Ik zet de tak verticaal in de grond bij de struiken. Lieveheersbeestje klimt druipend langs de tak omhoog.
Boven aangekomen besluit hij dat het tijd is voor zazen. Stil en onbeweeglijk zit hij op de top van de tak.
Ik ga ook zitten. Ik zal naast hem waken tot hij weer op krachten is. Ik wacht. Lieveheersbeestje wacht. Plotseling voel ik druppeltjes op mijn arm. Ik kijk. Lieveheersbeestje heeft besloten tot een proefstart. Zijn uitgespreide vleugeltjes

vibreren op hoge snelheid en de waterdruppels vliegen alle kanten op. Het is nog niet goed. Hij vouwt zijn vleugeltjes weer in. De tijd verstrijkt. Om de paar minuten maakt Lieveheersbeestje een proefstart. Het valt me op hoe mooi zijn stipjes zijn. Prachtig felrood en precies rond. De Schepper is met grote precisie te werk gegaan bij de creatie van dit wonderlijke wezentje. Als Lieveheersbeestje een proefstart maakt is hij net een dubbeldekker. Hij heeft één setje vleugeltjes voor zijn pantsertje. En daarnaast nog een tweede setje, lichtgrijs en doorschijnend. Net een satijnen onderjurkje. Na ongeveer 20 minuten voel ik de spanning stijgen. Er gaat iets gebeuren. Lieveheersbeestje draait zijn laatste proefstart. Hij is opgedroogd en besluit dat het goed is. Langzaam en waardig stijgt hij op, als een helikopter. Dan maakt hij een draai in de lucht en verdwijnt richting struiken. Ik sta op. Mijn taak als bodhisattva zit er op.

Of toch niet? Ik werp een blik over mijn schouder. Nog steeds drijven er honderden insecten in het zwembad, in doodsnood. Ik besluit dat het tijd is voor een borrel. Zelfs de bevrijding van een enkel zwembadje is voor mij te hoog gegrepen.



Donald Judd, zonder titel, 1958



Auschwitz-Birkenau

Hoe peilloos de oorzaak van lijden ook is, ik beloof haar geheel te verwijderen

Geen plek is zo symbolisch voor het lijden van de mens als de concentratiekampen waar miljoenen mensen - joden, zigeuners, homosexuelen – door de nazi's werden vermoord. In een poging deze gruwelijkheden na te voelen bezocht Hans Linders kamp Amersfoort, nam hij deel aan een retraite onder leiding van Bernie Glasmann in Auschwitz en organiseerde hij afgelopen najaar zelf een interreligieuze bijeenkomst in Westerbork. Desondanks blijft het drama onbevattelijk: 'Zo'n groot kwaad kan niet bestaan.'

*Door **Hans Linders**, met medewerking van **André van der Braak***

Auschwitz-Birkenau

Waarom ik hier kom? Ik weet het niet. Voor iedereen die onschuldig vermoord is: mannen, vrouwen en kinderen. Voor alle slachtoffers, die zo ongelooflijk geleden hebben hier en overal elders in de wereld. Voor de overlevenden en de families van de slachtoffers en voor al hun vrienden. Voor iedereen die zich heeft trachten te verzetten tegen deze krankzinnigheid.
Voor iedereen die dit ongelooflijke en vreselijke lijden aandeed aan een onschuldig volk.
Voor al diegenen die zo bezeten waren door dit grote kwaad, dat ze trachtten het hele joodse volk te breken en uit te roeien – en ook iedereen die ze als anders en afwijkend zagen. Voor iedereen die deze krankzinnigheid niet accepteerde en nog steeds doorgaat te werken aan het herstel van dit gebroken volk. En ook voor iedereen die zich dit vreselijke lijden wil blijven herinneren: laten we het nooit vergeten.



Op weg naar de gaskamer, foto genomen door een SS-er.

Wat zo vreselijk is aan de 'pijn' van Auschwitz: de directe vernietiging van mensen, mannen, vrouwen en kinderen, als ongekenden, als dingen die niet reageren, niet met de vijanden maar ook niet meer met elkaar, niet met buren, niet met familie, niet met collega's, niet met vrienden noch vriendinnen en dus ook niet meer met het bestaan.

Ik – god mag weten hoe, waarom, waartoe – voel de grond, de vijvers met as, de ruïnes van de gaskamers en ovens, de treinrails en het perron als gemis, maar ook als verbonden zijn met al die mensen, misschien als vernietiging, als ontkenning van iets in mijzelf, als vernietiging van Iets met een hoofdletter in mijzelf, in al die mensen. Ik wil die mensen zien en leren kennen, en bekijk daarom alle foto's in de 'sauna'[1]. Ik jammer en huil en schreeuw vanwege een diepe pijn die ik alleen ken in een veel kortere vorm na het overlijden van mijn beste vriend en toen ik in kamp Amersfoort mediteerde.

1 De 'sauna' is het gebouw waar mensen, die nog niet vermoord werden, werden gedesinfecteerd. In de laatste ruimte zijn grote muren beplakt met foto's uit de koffers. Het zijn familiefoto's waarop mensen te zien zijn die trouwen, kinderen krijgen en op vakantie zijn.

Hier in Birkenau blijft de pijn, hij vlamt steeds weer op. Er is ook angst en woede waardoor ik niet de wachttoren boven de rails binnen kan gaan. En er is wanhoop: dit kan gewoon niet bestaan, niet zo'n groot kwaad. Het is een verstikkend gevoel en ik kan alleen huilend bidden: onze vaders en weesgegroeten kan ik zeggen tot de golf van pijn wat is bedaard.

En toch – eenmaal buiten het kamp kan ik weer zingen en gelukkig zijn met de bomen, met de lucht en met de mensen die ik tegenkom op straat. Ik kan weer vreugde voelen om alles samen. Kamp Birkenau voelt als een zwart gat, nee, geen zwart gat, of toch zoiets, maar waar wel de zon schijnt, vogels vliegen, groen groeit, mensen spreken en op elkaar reageren. En het geluk dat we met een groep zijn waarin de pijn gedeeld en wordt omarmd, ook de pijn die ik – een gewoon mens, niet eens joods – voel.

Westerbork

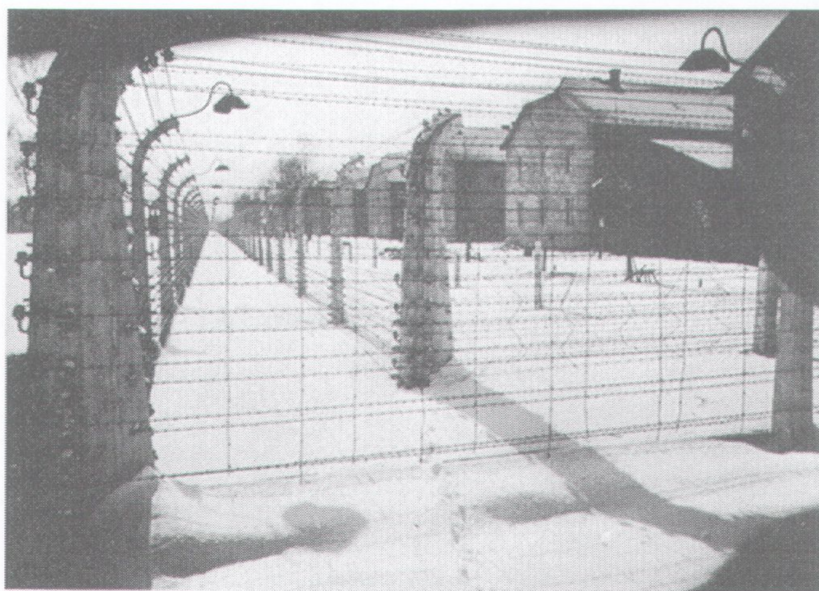
Kamp Westerbork was de voorlaatste stap in een proces van een steeds definitievere ontmenselijking. Het begon met het afnemen van mensenrechten van alle mensen die afweken van een door de nazi's gecreëerd ideaal mensentype, en vooral joodse mensen waren hier het slachtoffer van. Ze werden gedwongen tot het dragen van de gele ster en een J in het persoonsbewijs, en werden uitgesloten van vele beroepen. De voorlaatste stap was het verzamelen in een doorgangskamp op weg naar de uiteindelijke gruwel van een letterlijke mensenvernietiging.

In kamp Westerbork was er niet de gruwel van de vernietiging, wel het uitgesloten zijn uit de gemeenschap van het Nederlandse volk, en de elke week terugkerende dreiging van de trein naar het oosten. De bewakers en de gevangenen van kamp Westerbork wilden dat er zo normaal mogelijk werd geleefd en gewerkt, ook door het vieren van feestdagen, het opvoeren van cabaretvoorstellingen en het uitvoeren van muziek. Het ging erom te overleven. En toch – het uitroeien van het joodse volk, van de zigeuners, van andere het nazidom niet welgevallige mensen, is niet gelukt. Wel is de menselijke waardigheid ernstig beschadigd en misschien zelfs blijvend beschadigd, als een litteken voor altijd – maar misschien ook als een opening?

Ik kan deze ontmenselijking niet begrijpen, mijn denken, mijn verstand kan dit niet bevatten. Ik wil erkennen dat dit werkelijk gebeurd is in mijn land, met

mijn landgenoten en door mijn landgenoten. Dat dit nooit vergeten wordt. Ik wil zowel de doden als de levenden eren, en vooral de overlevenden en hun nageslacht. Ik wil hen met een Nederlands spreekwoord 'een hart onder de riem steken'. En ik denk ook aan alle mensen in Nederland en in de wereld buiten Nederland die ontmenselijkt zijn, de slachtoffers en de daders vroeger en nu.

Ik ben dankbaar dat ik deze twee retraites mocht meemaken. Het waren goede, soms pijnlijke dagen. Het lijden van de Shoah is niet te bevatten, niet te begrijpen en ik kan me er alleen maar voor openstellen, ervan getuigen door er te zijn. Een vriend van me zei kortgeleden: 'Onder lijden en vreugde is de glimlach van G-d.' Ik snap het niet, maar het is zo.



Auschwitz concentratie kamp na de bevrijding, waarschijnlijk februari 1945.

Op zoek naar de vader

Door ***Kees van de Bunt***

De moeder verlaat in walging en wanhoop haar zoon, maar hoopt wel dat hij naar haar zal terugkeren. Zo eindigt Luna Tarlo's boek *The Mother Of God* over haar tijd als discipel van haar eigen zoon, Andrew Cohen.

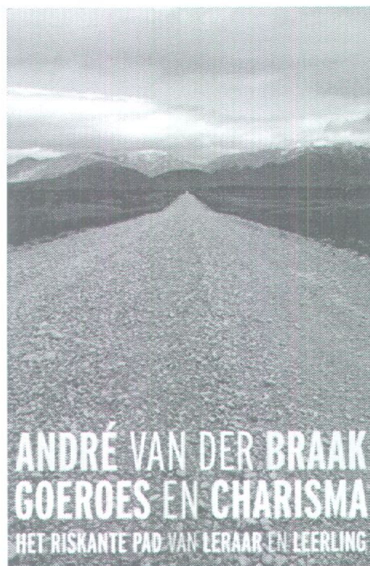
Zo'n leraar dus. Kan dat goed aflopen? André van der Braak dacht van wel, verliet huis en haard en volgde hem over de wereld. Elf jaar later begint ook hij aan een boek, *Enlightenment Blues*, vele illusies armer. Wat is dat toch, verliefdheid, verlichting, de Waarheid?

In zijn tweede boek *Goeroes en charisma, het riskante pad van leraar en leerling* analyseert hij dat wonderlijke fenomeen van leerlingschap. Er is efficiënt en essentieel charisma. Er is eros en scepsis. Socrates. Alcibiades. Plato. Nietzsche. Zarathoestra. William James. Freud. Spiegeloverdracht. Tweelingoverdracht. Idealiserende overdracht.

Als eenvoudige zenstudent moest ik even omschakelen naar dit filosofische vertoog. Nauwgezet maar zeer leesbaar voert André ons langs de valkuilen en afgronden van de leraar-leerling verhouding. Ja, dacht ik steeds, zo is het. Het kan goed gaan, maar ook verkeerd.

Dan, bijna op de laatste bladzijde, komt de ontknoping. Het religieuze verlangen heeft gewonnen. Maar nu is het anders. Een nieuwe leraar duikt op. Net als Socrates weet hij niets. Pretendeert niets. Heeft niets te bieden. Maar stimuleert het zelfvertrouwen van de leerling. Boort iedere externe autoriteit de grond in. De grondeloze grond.

Toen kon ik het boek gerustgesteld dicht doen. De zoon is teruggekeerd tot de vader. Het melodrama loopt goed af. De vader heet Niko.



Uitgegeven bij Altamira-Becht, 2006



VERSLAG UIT KAMPALA (DEEL 1)

Het aangezicht van de ander

door ***Jeroen de Lange***

Kon ik anders?
Ik was wat vermoeid uit mijn Toyota Landcruiser gestapt voor een Chinees restaurant in hartje Kampala om snel wat te eten. 'Hello boss, you have a good life!'. Voordat ik er erg in had stond ik met de parkeerwacht te praten. Uitgemergeld gezicht, een tot op de draad versleten broek die bungelde om zijn dunne benen. Maar een intelligente blik. Ja hoor, daar kwam de vraag: of ik hem niet kon helpen met *schoolfees*? Ik was toch zo rijk, en hij wilde zo graag een opleiding volgen.

Tsja, daar stond ik dan naast mijn 15.000 US $ kostende Landcruiser, net terug uit Nederland, een zensesshin nog in mijn benen. De wijze dharmalessen van Niko over je 'voorbereiden op het onvoorbereidbare' en het 'aangezicht van de ander' nog vers in mijn geheugen. Had ik maar niet op sesshin moeten gaan! Wat is nu de ware mens,

schoot door me heen. Toon me de ware mens.
Het verkeer raasde langs me heen, lawaai, stank, straatkinderen trokken plots aan mijn broek. Hé, afblijven! 'Sir, give me your telephone number, then I can call you. You have to help me!' Geen weg meer terug. Maar waarom hem helpen en niet die vrouw verderop met die naakte baby die in de modder ligt? Ben ik daarom naar Afrika gekomen, om mezelf in situaties te brengen waarin het onmogelijk is om weg te kijken? Het lijden is hier fysieker aanwezig dan in Nederland. De confrontatie ruwer en scherper. Wanneer ik wegkijk zie ik dat meteen van mezelf, in Nederland is dat toch minder scherp, moet je meer op zoek naar lijden. Het leven slaat je hier in je gezicht. Als ik niets doe staat die jongen waarschijnlijk nog jaren voor een hongerloontje auto's te bewaken. Waarom hij en niet ik?

Okay, this is my number.
Een dag later zit ik op een terrasje, met een vel papier voor me met een kostenberekening en twee vurige ogen tegenover me: 'You are so good sir!' Ja ja, barmhartige Samaritaan op een koopje, want zoveel geld vraagt Charles niet: 40 euro per maand. Dat kan er makkelijk vanaf, hoor ik mezelf denken.





Een van de tuinen in Daitoku-ji, Kyoto, aangelegd in 1509.

De Sangha

Naam: **Evelien Veenhuizen**
Zenpraktijk **steeds serieuzer sinds 4 à 5 jaar**

Aanleiding om aan zen te gaan doen
Ik lees van jongs af aan al veel boeken van bijvoorbeeld Krishnamurti, Bhagwan en Jung, op zoek naar wijsheid en inzicht. Naar manieren om de wereld te zien, de mensen, mezelf. Wie ben ik en waarom gebeurt er altijd zoveel, binnen en buiten, waar ik niets van begrijp. Het verlangen om de dingen die ik tegenkwam te verklaren. Zoeken naar wat echt belangrijk is in het leven. Ik heb ook altijd een sterke band gevoeld met de natuur. Daar voel ik me rustig en op mijn plek. Zen is een samenkomen van dit alles. Inkeer, inzicht en rust (in een overactieve geest). Wat nieuw is voor me, en dat komt door zen, is dat ik meer acceptatie ervaar. En dat komt weer omdat ik aan zazen doe, in plaats van alleen maar te lezen.

Waarmee vermaak je je op het kussen?
Op het kussen probeer ik mijn ademhaling te volgen. Ik doe mijn best om in een goede houding te zitten. Ik probeer te zitten met mijn hele lichaam. Vaak kijk ik naar alles wat voorbij trekt aan gedachten, geluiden of sensaties en probeer ik niet te oordelen. Alles is goed. Vaak is mijn geest onrustig. En soms is er rust.

Waar spoort zen je toe aan?
Zen spoort aan tot aandacht. Wat niet zegt dat dit ook zo maar lukt. Helaas. Ik verbaas me over de enorme kracht van de geest. En van patronen waarin ik vastzit. Ik ben bijvoorbeeld niet gezegend met veel geduld en zo ontsteek ik in perioden van stress regelmatig in woede. Een tijdlang was het zo frequent dat ik me zorgen maakte. Ik heb veel met die woede op het kussen gezeten en die is minder geworden. Al moet ik er telkens op blijven letten. Met mijn aandacht er weer naar toe.

Wat leidt je af van je zenbeoefening?
Vaak laat ik me leiden door de waan van de dag: gezin, werk, vrienden, familie, buren. Ik ben blij dat ik bijna elke donderdagavond naar de zenles kan komen en dat ik vaak aan zazen doe. Ik probeer me steeds bewuster te zijn van wat er echt gebeurt in mij, in anderen. Zen is voor mij het leven achter illusies.

Welk boeddhistische woord spreekt je het meest aan?
'Het is o.k.' Drie woorden uit een boek van Joko Beck. 'Het is o.k.' betekent niet dat we alles wat ons overkomt moeten accepteren, maar het betekent dat je 'iedere situatie, goed of slecht, kunt omarmen.' Ik begrijp nog lang niet hoe dat kan, maar ik oefen het. Ik probeer te begrijpen wat dit inhoudt.

De grootste valstrik
Voor mij is de grootste valstrik dat periodes van grote toewijding worden afgewisseld met periodes van minder toewijding. Daarom kom ik nu zo vaak mogelijk naar de donderdagavond. Dat brengt regelmaat. Deze bijeenkomsten zijn me erg dierbaar!

Mededelingen

City sesshin

De City-sesshin begint deze keer op **28 juni en eindigt op 1 juli**, elke dag van 9.30 tot 17.30 uur.
Op 1 juli vindt om 16.00 uur weer een jukai-ceremonie plaats, met aansluitend een borrel.
De kosten bedragen €100 of €30 per dag. Van te voren opgeven via tel: 020 6650 204.

Lopen in stilte

Onder leiding van Dirk Horai Beemster vindt er vanaf **22 juli tot ongeveer half september** een voettocht in stilte plaats van Zen River in Uithuizen naar Dana sangha in Parijs.
De afstand bedraagt 900 kilometer.
Meer info: www.lopeninstilte.nl.

Bibliotheek

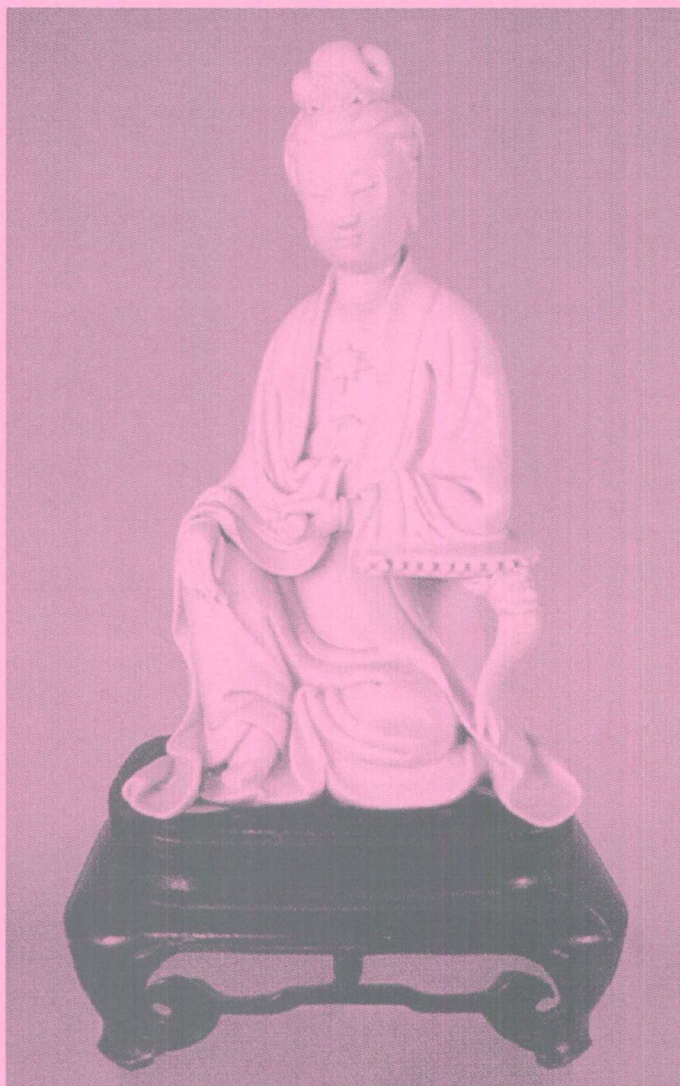
De bibliotheek mist nog steeds een behoorlijk aantal boeken. Heb je thuis per ongeluk een geleend boek liggen, breng het dan terug s.v.p..

Zin in Vught

Jef Boeckmans houdt van **9 – 15 juli** in Vught een retraite voor 55-plussers. Het is een retraite in stilte, maar het programma is minder zwaar dan gewoonlijk. Jonge mensen zijn ook welkom.
Van **26 augustus tot 1 september** leidt Boeckmans een 'gewone' retraite, eveneens in Vught.
De eerstvolgende intensieve zenretraite o.l.v. Niko vindt plaats van **24 – 28 oktober**. Meer info: www.zininwerk.nl

Het herfstnummer van de Zensor

heeft als thema: **verlichting**.
Wil je een bijdrage aan dit nummer leveren, neem dan even contact op met André v.d. Braak: 0651 810 051 of avdbraak@xs4all.nl.
De deadline is 7 september.



Avalokiteshvara, porselein, 18e eeuw, China

Zensor... is
het mededelingenblad
van het Kanzeon
Zencentrum Amsterdam
en een open forum voor
alle leden van de Sangha.

Redaktie
Francisca Boel
André van der Braak
Marjan Gerritse
Jacqueline Oskamp
Marijke Vulink

Medewerkers
Henk van der Geest
Marjolein de Vink

Redaktieadres
André van der Braak
e avdbraak@xs4all.nl
Jacqueline Oskamp
e j.oskamp1@chello.nl
t 020–6712 415

Kopij
mailen naar André
of Jacqueline
of via de Zendo.

Zensor... 4 nummers per jaar
van zomer t/m voorjaar.

U wordt abonnee voor
het komend jaar door
tenminste 7 euro over te maken
op postbank reknr 955 18 64
tnv Zensor, Amsterdam.
t 020–6712 415.

In de zendo liggen losse nummers bijdrage 2 euro in het ronde donatie doosje